

Maig 2024

ESCOLA MESTRAL

MENÚ **SENSE PORC**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

FESTIU

2

FESTIU

3

FESTIU

6

AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS A LA CASSOLA (S/PORC)
FRUITA DEL TEMPS

7

LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8

CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9

TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA
SALSITXES D'AU O HAMBURGUESA DE PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
IOGURT

10

ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES
SUQUET DE PEIX
FRUITA DEL TEMPS

13

LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15

SOPA DE LLETRES (S/PORC)
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16

CREMA DE VERDURES
LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS

17

AMANIDA RUSSA CASOLANA
RODÓ DE GALL D'INDI AMB VERDURES
IOGURT

20

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21

ARRÒS AMB VERDURES
NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22

AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

23

PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA D'AU/ PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA
IOGURT

24

MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27

SOPA DE PEIX
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

28

AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29

GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALS DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, CEBA, PEBROT I SALS DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30

MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
ARRÒS AMB CANANA FRESCA
FRUITA DEL TEMPS

31

PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS D'ESPINACS GRATINATS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

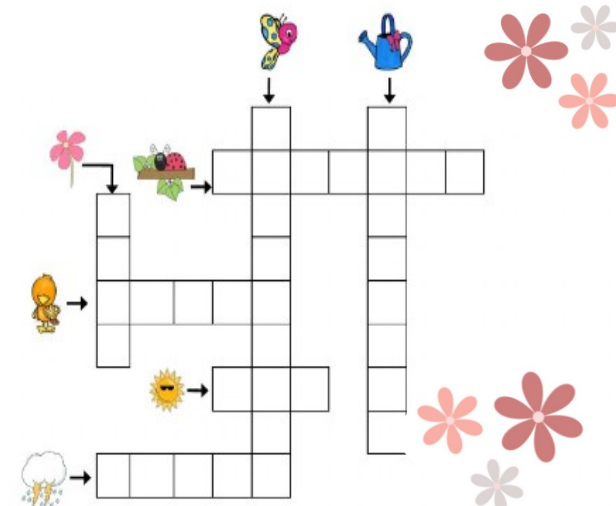
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat